

Согласованно:

Директор ГБОУ СО "Лицей № 57  
(Базовая школа РАН)"  
Семкина Ольга Николаевна

## МЕНЮ

среда, 08 апреля, 2026

### Лицей 57



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008		ВАФЛИ	2	3,8	4,9	37,2	209	0
2012	275	МЯСО ПРЕСОВАННОЕ	1					0
2012	321	КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ	150	3,5	5,7	23,3	158	11,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3		15,1	61	0,05
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	2,8	0,2	18,4	87	0
<b>Итого</b>			<b>408</b>	<b>10,4</b>	<b>10,8</b>	<b>94</b>	<b>515</b>	<b>11,35</b>
<b>Обед</b>								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	5,8	7,5	15,7	154	12,3
2011	294	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	50	9,3	10,5	4,7	150	0,4
2012	415	РИС ОРИГИНАЛЬНЫЙ	150	3,6	4,5	36,9	203	0,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,1	0,2	20,1	95	0
<b>Итого</b>			<b>660</b>	<b>22</b>	<b>22,8</b>	<b>92,4</b>	<b>662</b>	<b>13,2</b>
<b>Шведский стол</b>								
2008		ЯБЛОКО	100	1,2	0,4	16,2	74	7,7
2012	45	САЛАТ ОЛИВЬЕ	100	7	16,7	5,6	200	11,2
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	5,8	7,5	15,7	154	12,3
2011	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	0,8	12,7	4	134	1,2
		БОЛОНЬЕЗЕ С КУРИНЫМ ФАРШЕМ	250	20,8	13,5	52,4	414	1,4
2008	259	ГУЛЯШ МЯСНОЙ	50	0,6	1,6	3,4	32	1
2011	288	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	70	12,6	16,9	3	214	0,5
2011	294	БИТОЧКИ КУРИНЫЕ	60	8,7	14,5	0,8	169	0,8
2012	415	РИС ОРИГИНАЛЬНЫЙ	150	3,6	4,5	36,9	203	0,5
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	6	5,6	28,9	190	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,1	0,2	20,1	95	0
2012	474	СЫРНАЯ ПАЛОЧКА	60	11,3	11,5	50,9	354	0
2011	423	БУЛОЧКА С МАКОМ	50	8,6	4	56,3	296	0
<b>Итого</b>			<b>1600</b>	<b>90,3</b>	<b>109,7</b>	<b>309,2</b>	<b>2589</b>	<b>36,6</b>
<b>Всего</b>				<b>122,7</b>	<b>143,3</b>	<b>495,6</b>	<b>3766</b>	<b>61,15</b>

Зав. производством

Кулыгова Л. В.

Ответственный за питание Бондусь Н.А./

СанПин 2.3/2.4.3590-20

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "Рестория" Алексева С.В.

Россия, 443066, г. Самара, ул. Степана Разина, 101

E-mail: jurist@restoria.ru

